

発行 一般社団法人ワムタウン推進本部  
〒359-1131 埼玉県所沢市大字久米 554 番地 2  
TEL 04-2941-3640 FAX 04-2941-3641  
http://www.wam-town.jp/ E-mail:koho@tl-wam.or.jp

協力 医療法人啓仁会  
医療法人昭仁会  
社会福祉法人栄光会

第127号 2021年/令和3年9月1日(水)

## 「回想法」 — 認知症予防の取り組み —

医療法人啓仁会 介護老人保健施設 平成の森 (埼玉県川島町) リハビリテーション室 金子 政光

みなさんは『回想法』という言葉をご存じでしょうか？

回想法は、1960年台にアメリカで提唱された心理療法で、長期的に行うことで認知症の予防・改善の効果が期待されています。懐

かしい場所や景色、聞き覚えのある歌、昔に味わった食べ物などを当時の様々な思い出と共に語り、過去の記憶や思い出に親しむ事で、自分の人生を見つめ直すきっかけとなり、意欲の向上、情緒面の安定、集中力の増大などの効果も認められています。

当施設でも、認知症予防の取り組みの一つとして、少人数のグループ(4~5名程)での回想法を行っています。グループで回想法を行うメリットは、同世代を生きた方と過去の体験を分かち合える事です。思い出を共有することによって回想が深まると同時に、お互いに励まし合



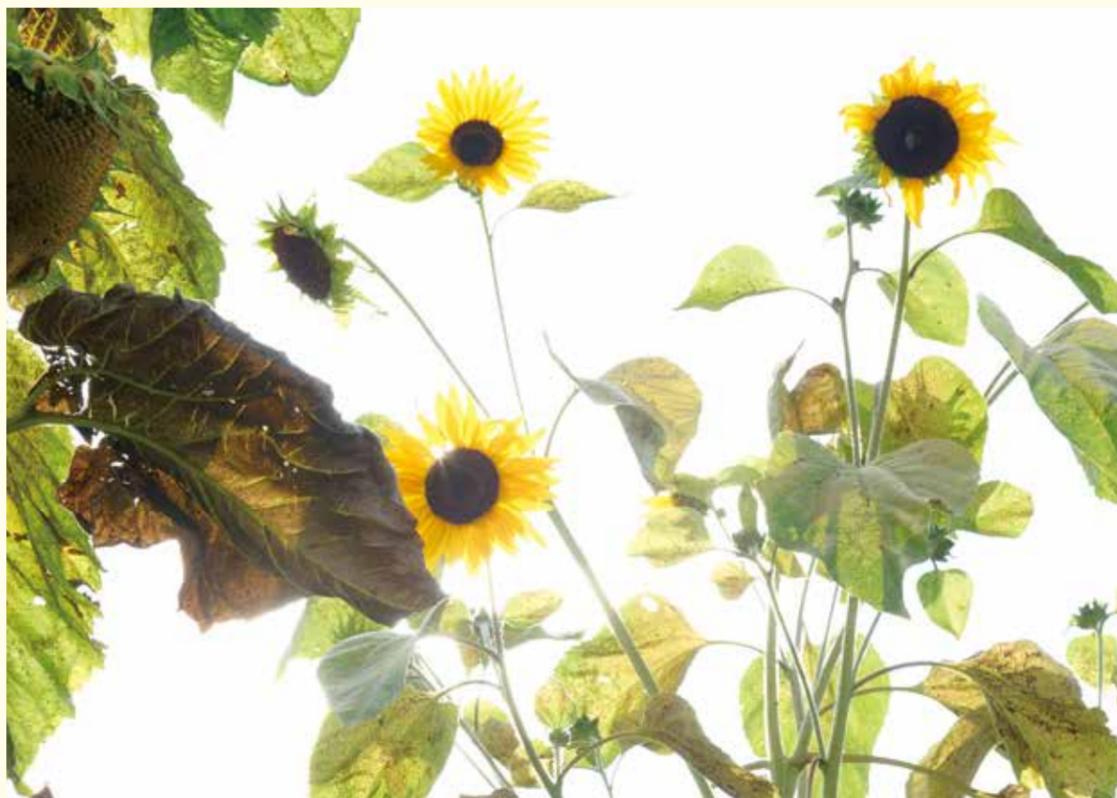
思い出を語っていただいております

い、補い合うなどのような、他者との関係性を築く糸口になります。実施する際は、内向的な性格で積極的に会話に入る事が苦手という方でも相手に上手く気持ちを伝えられるよう、環境作りや関わり方に配慮しています。参加して頂いたご利用者様も、昔を懐かしがりながら慣れ親しんだ歌を唄ったり、幼少期の思い出をお互いに共感し合ったりと、とても楽しまれている様子で、以前よりも生き生きとした表情が増えてきているように思います。これからも、1人1人に寄り添ったサービスを提供できるよう、精一杯取り組んでいきたいと思ひます。

## ロイヤル・ワム・タウン写真館

vol.38

社会福祉法人栄光会 デイサービスセンター  
なかとみロイヤルの園  
係長 千葉 昇二



夏のひまわり

8月10日現在、埼玉県も新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言の対象区域となっております。例年であれば各地でひまわりフェスティバルが開催されますが、今年も難しい状況が続いています。

そこで、近隣の畑で咲いていたひまわりを、写真のテクニックで「映える」ひまわりに撮影してみました。

\*一眼レフカメラなどにある「露出」を+(プラス)に補正し、意図的な露出オーバーな状況にして撮影しました。

\*通常では太陽を背にしているので、ひまわりが真っ黒になるのですが、ひまわりが明るくなるよう、背景が真っ白になるように調整しました。

スマートフォンでも、露出調整ができる機種が多いので、ぜひ試してみてください。

### 【撮影データ】

カメラ：Nikon Df  
レンズ：AF-S NIKKOR 24-120mm f/4G ED VR  
絞り：F11

ISO感度：100  
露出補正：+ 1.7  
焦点距離：120 mm



# 所沢ロイヤル病院 院内短時間通所リハビリテーション

医療法人啓仁会 所沢ロイヤル病院 (埼玉県所沢市) リハビリテーション科 後藤 義典

院内短時間通所リハビリテーションを担当しています作業療法士の後藤です。

早くも開設後約3年が経過しようとしており、徐々にご相談件数も増え地域に認識して頂けるようになったかと思えます。これも皆様のご協力があったの事と非常に感謝しております。

当院通所リハビリでは、退院したものの「リハビリ運動を継続出来ない」「生活動作が徐々に大変になってきた」等の悩みを抱えている

方が地域には多く居らっしゃいます。約1時間で「健康管理」「運動機能評価」「自主トレーニング」「個別リハビリ」を中心にサービス提供をしています。通所リハビリで理解した運動を自宅でも継続していくことを目的とし、ご利用者さまの健康で自立した生活のお手伝いを今後もしていきたいと考えています。対象になりそうな方や相談要件がありましたらご連絡ください。

今後ともよろしくお願ひします。



所沢ロイヤル病院 通所リハビリテーション

サービス概要	送迎あり ・ 約1時間の運動時間 食事、入浴等の介護サービス無し
利用期間	介護保険の期間内 (ゴールはご利用者さまの目標に合わせて設定)
利用時間	平日のみ 午前3枠/午後4枠 (各枠約1時間+前後の送迎)
利用地域	病院より車で片道15分圏内 (送迎ルートによっては狭くなることもあり)
利用条件	介護認定者を受けている方 家族、ケアマネージャー、主治医の同意(意見書が必要) 当院の通所規約の同意を頂ける方
相談窓口	通所リハビリ担当 作業療法士: 後藤義典

# 夏祭り・デイサービスセンターロイヤルの園

社会福祉法人栄光会 デイサービスセンター ロイヤルの園 (埼玉県所沢市) 介護リーダー 糟谷 玲奈

デイサービスセンターロイヤルの園では8月2日(月)・3日(火)の2日間、恒例行事である夏祭りが行われました。デイホールの天井に吊り下げられた提灯の風に揺れる様子は、お祭り会場そのもので、ご利用者のワクワクしたお顔がとても印象に残ります。夏祭りは午後からです。まずは食事を取って腹ごしらえ。昼食は涼を感じていただきたく、1日目は茶そば、2日目は冷やし中華と、皆さんのお好きなメニューが揃いました。ホールの準備が整ったところで施設長の開会の宣言のもと、賑やかに夏祭りが始まりました。

お祭りには欠かせないヨーヨー釣りや射的に、皆さん子供の頃に戻られたようなお顔で参加されていました。そして、デイサービス

の大きな行事では恒例になりつつある男性職員による浴衣コンテストもありました。いつも見慣れている職員のはずなのに、きれいにお化粧をした顔に驚かされたり、瓦割りをする姿に感動したりと、楽しいひとときとなりました。お帰りの際にご利用者から「最高の行事をありがとう」「楽しかった」などとお声をかけて頂き、とても嬉しく思いました。コロナ禍の中、感染対策をしながらなるべくいつもと変わりなく行事を楽しんで頂ける様に、職員一同、アイデアを出し合い準備しています。健康に笑顔で参加され楽しまれている姿を見て、このような状況だからこそ、喜びもひとしおでした。今回の夏祭りも皆さんの思い出の1ページにして頂ければ幸いです。



妖しい? 怪しい? 浴衣姿の職員



高得点の的を狙って...



もう一つ釣れるかしら



大好評の冷やし中華!!



ラムネも出番を待っています